



**POLÍCIA MILITAR DO DISTRITO FEDERAL
INSTITUTO SUPERIOR DE CIÊNCIAS POLICIAIS**

**A CAPACIDADE DE MEMORIZAÇÃO DE DADOS NO CONTEXTO DO SERVIÇO
POLICIAL MILITAR**

Autor: CAD PM Simeão Fernandes de Souza Neto – Especialista
Orientador: MAJ QOPMSM Cláudio Roberto Carneiro – Especialista
Coorientador: MAJ QOPM Márcio Júlio da Silva Mattos - Doutor
Coorientador: CAP QOPM Renan Arakaki de Oliveira - Especialista

Brasília/DF
2021



SIMEÃO FERNANDES DE SOUZA NETO

**A CAPACIDADE DE MEMORIZAÇÃO DE DADOS NO CONTEXTO DO SERVIÇO
POLICIAL MILITAR**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de graduação em Ciências Policiais do Instituto Superior de Ciências Policiais, como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em Ciências Policiais.

Orientador: Esp. Cláudio Roberto Carneiro
(Major PMDF)

Coorientador: Dr. Márcio Júlio da Silva
Mattos (Major PMDF)

Coorientador: Esp. Renan Arakaki de
Oliveira (Capitão PMDF)

Brasília/DF
2021

SIMEÃO FERNANDES DE SOUZA NETO

**A CAPACIDADE DE MEMORIZAÇÃO DE DADOS NO CONTEXTO DO SERVIÇO
POLICIAL MILITAR**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de graduação em Ciências Policiais do Instituto Superior de Ciências Policiais, como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em Ciências Policiais.

BANCA EXAMINADORA

Orientador: Esp. Cláudio Roberto Carneiro (Major PMDF)

Coorientador: Dr. Márcio Júlio da Silva Mattos (Major PMDF)

Examinador Externo: Sr. Marcelo Tironi Murakame (Major PMDF)

A CAPACIDADE DE MEMORIZAÇÃO DE DADOS NO CONTEXTO DO SERVIÇO POLICIAL MILITAR

SIMEÃO FERNANDES DE SOUZA NETO

RESUMO

O presente artigo aborda a dificuldade encontrada pelos policiais militares do Distrito Federal em lidar com a memorização de dados importantes para uma boa execução do serviço policial militar operacional e administrativo. Descreve os tipos de memória e sua relação com a atenção e a aprendizagem. Aborda a relação entre o estresse e a redução da capacidade de memorização, sobretudo em situações de riscos e tensão elevada as quais são frequentemente submetidos os policiais. O estudo é relevante pois o treinamento da capacidade cognitiva, com exercícios que estimulam diferentes áreas do cérebro, constitui-se de fator contribuinte para uma melhor qualidade de vida e para o retardamento de doenças neurológicas degenerativas, como a demência e o Alzheimer. Dessa forma, a Corporação ganha policiais hígidos e a sociedade recebe um serviço de melhor qualidade. Por fim, o estudo propõe como uma alternativa para o problema levantado, dentre outras possíveis, a elaboração de uma instrução policial militar que aborde o tema e permita a prática de exercícios de memorização aplicados ao serviço policial militar, cujo objetivo principal é dotar os instruídos de ferramentas úteis às suas atribuições e de que compreendam a importância de manter essa capacidade em constante treinamento.

Palavras-chave: Memória. Serviço Policial Militar. Exercícios de Memorização. Instrução Policial Militar.

1. INTRODUÇÃO

Durante a execução do serviço policial, os militares inevitavelmente se deparam com uma infinidade de dados intrínsecos ao desenrolar natural dos mais diversos tipos de ocorrência. São informações como placas de veículos, nomes completos de pessoas, endereços etc. Além disso, é necessário que sejam capazes de reconhecer pessoas, de decorar suas feições, de saber como elas estavam vestidas e outras características que exigem capacidade de memorização. O mesmo acontece ao se deparar com o cenário de um crime em andamento: o policial deve rapidamente observar tudo ao seu redor e ser capaz de reproduzir cada detalhe posteriormente, sendo importante, também, como fator de segurança.

A abordagem policial de indivíduos em atitude suspeita é composta por uma sequência de tarefas e é comum que seja realizada uma entrevista com os abordados. Nesse momento, o policial faz alguns questionamentos a fim de esclarecer a situação que se apresenta. O abordado responderá algumas perguntas e o policial tem de memorizar aquilo que é falado para verificar se o suspeito acaba se contradizendo, o que indicaria que possivelmente as respostas dadas não são verídicas, aumentando ainda mais a suspeita sobre o indivíduo. São inúmeros os exemplos de situações em que a retenção de informações é necessária.

Naturalmente, uma pessoa que não exercita a sua memória possui dificuldade em armazenar tantos dados em tão pouco tempo. Para o policial militar, a situação é agravada, pois lida com momentos de tensão e estresse que reduzem a capacidade de memorizar informações. É comum, durante uma ocorrência, que o policial acabe perdendo esses dados, dificultando ou muitas vezes frustrando um desfecho satisfatório.

Um exemplo claro acontece com os crimes de roubo e furto de veículo: são transmitidos, via rádio, o modelo, a marca, a cor e a placa. Nos primeiros minutos, a equipe consegue reter aquela informação, mas após algum tempo e com a chegada de outras informações de outras ocorrências, percebe-se uma dificuldade em lembrar aqueles dados iniciais do carro roubado ou furtado.

Não se pode esquecer do serviço policial administrativo, que também exige grande capacidade de gerenciamento de informações, a fim de permitir um correto assessoramento, com a produção de documentos válidos e a correta gestão logística dos materiais. Alguns dados são essenciais para a tomada de decisão em nível

operacional, tático e estratégico e dominá-los é trazer eficiência para a Corporação.

Não há, nos cursos de formação da Polícia Militar do Distrito Federal (PMDF), nenhum tipo de treinamento específico que trabalhe com a memorização. Diante do exposto, surge então uma pergunta: como os policiais militares elaboram estratégias para aprimorar a capacidade de memorização dos mais diversos dados com os quais têm contato durante o serviço operacional? Existem métodos alternativos que diminuem a dependência da própria memória?

O pesquisador entende que o presente projeto é de grande importância, pois por diversas vezes, durante o serviço operacional, enfrentou a dificuldade de não lembrar dados essenciais das ocorrências e observou o mesmo acontecer com diversos policiais com os quais trabalhou em equipe. Além disso, tem interesse em temas que envolvam a memória humana, por entender que a capacidade de adquirir e armazenar informações é um dos processos mais complexo e interessante realizado pelo cérebro. Admira como os diferentes estímulos externos (visuais, auditivos, táteis e térmicos) e dados passam por uma classificação de prioridade, separando aquilo que pode ser descartado do que deve ser memorizado, para posterior utilização. Também admira como esse processo contribui para a aprendizagem.

Esta pesquisa também será importante para os policiais que estão diariamente no serviço operacional, realizando abordagens a pessoas, motocicletas, carros, ônibus e têm contato com uma infinidade de dados. Cabe ressaltar que estes mesmos policiais realizam o atendimento dos mais diversos tipos de ocorrências, que variam desde roubo a transeunte a casos de violência doméstica. São situações que envolvem conflitos, nos quais as pessoas envolvidas muitas vezes estão com seu equilíbrio emocional comprometido. O policial militar deve manter-se calmo, sereno, com capacidade de reação, raciocínio e memorização. Por isso, estudar os mecanismos da memória e as formas de aprimorá-la é fundamental para um melhor desempenho das atividades profissionais, além de prolongar a saúde mental do indivíduo.

Aumentar a capacidade de armazenar dados, mesmo em situações de estresse, significa elevar a probabilidade de que o serviço policial prestado à sociedade seja satisfatório. Ao acionar a Polícia Militar, as pessoas desejam que a ameaça a sua vida, a sua liberdade ou a seu patrimônio sejam afastadas para que possam viver em perfeito estado de ordem pública. Sempre que essas pessoas não conseguem uma resposta satisfatória, a imagem da Corporação fica comprometida.

Sendo assim, tornar o atendimento das ocorrências mais eficiente, por meio de policiais bem treinados, inclusive cognitivamente, é uma maneira de melhor servir à sociedade, que clama por segurança pública.

2. DESENVOLVIMENTO

2.1. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1.1. Conceito e tipos de memória

Segundo Squire e Kandel (2003) a memória é o instrumento por meio do qual tudo que é aprendido permanece acessível ao longo do tempo. Profissionais de diferentes áreas a consideram como o elemento central da construção do conhecimento e do sucesso do ensino quando corretamente estimulada e utilizada.

Para Medeiros e Bezerra (2013) o processo de aprendizagem, de alguma maneira, envolve a memorização e a lembrança de informações e saberes. Durante bastante tempo, memorizar foi considerado apenas como o ato decorar datas, textos, nomes etc. Trata-se de um processo complexo do cérebro que é capaz de registrar, armazenar e recuperar cada pensamento, cada lembrança, cada palavra que um indivíduo fala e compreende, cada ação executada, a percepção de si mesmo e das relações sociais.

Para os autores é imprescindível saber distinguir diferentes tipos específicos de memória. Essa classificação pode ser feita baseada em critérios como o processo neuropsicológico envolvido e a natureza dos elementos memorizados. Apesar da difícil terminologia utilizada na área, é possível identificar dois grandes grupos de memória: o da memória implícita (não declarativa) e o da memória explícita (declarativa). O primeiro está ligado ao conhecimento incidental e não consciente. Já o segundo se relaciona ao conhecimento adquirido de forma consciente

Eles defendem ainda que os tipos de memória que mais interessam à educação estão no grupo da memória declarativa. São elas a memória de curto prazo, que é capacidade de guardar uma informação por um pequeno período de tempo (desde alguns minutos até meia ou uma hora) e a de longo prazo, responsável por lembrar informações e acontecimentos do passado. Essa última apresenta ampla capacidade e envolve mudanças neurológicas mais significativas. A primeira é utilizada no início do processo de aprendizagem, que se consolida sob a forma de

memorização de longo prazo.

Rabelo e Da Silva Mazariolli (2019) conceituam a memória como a capacidade de registrar, manter e evocar experiências e fatos ocorridos que envolvem codificação, armazenamento e resgate de informações. Também tratam sobre a memória de curto prazo (MCP) ou memória de curto termo ou curta duração. Consideram-na como aquela que se relaciona ao processo de armazenamento de dados por um pequeno período de tempo e cuja capacidade é limitada. Esse período pode variar de segundos, minutos até algumas horas. Para evitar que as informações sejam esquecidas, após determinado intervalo deve ser realizado algum processo de repetição da informação.

Sobre a utilização da memória, os autores afirmam que ela está relacionada desde as atividades mais simples até aquelas de grande complexidade. Ela é necessária nos mais diversos contextos e momentos. Algumas informações devem ser armazenadas exatamente como foram observadas como, por exemplo, um número de telefone. Em outros casos, os dados devem ser manipulados, como em um discurso, onde é necessário relacionar diferentes temas, buscando conhecimentos anteriores.

Para Oliveira (2007) a memória é um registro natural de informações. A capacidade de memorizar é responsável por grande parte do funcionamento da sociedade e aquilo que exige uma grande capacidade de memória tende a ser adaptado por meio de recursos e técnicas que reduzam esse esforço de memorização.

Izquierdo (2018) estabelece que existem dois tipos de memória, a depender basicamente de sua função. Uma é muito rápida e serve para decidir se uma nova informação vale a pena ou não se tornar uma nova memória. Também verifica se essa informação já não está arquivada por experiências anteriores. Trata-se da memória de trabalho ou memória operacional. Ela possui um papel de gerenciadora de informações. Um exemplo clássico de sua utilização é de quando se pede a alguém um número de telefone. Mantém-se essa informação na mente apenas durante o tempo necessário para discá-lo. Uma vez realizada a ligação, esquece-se do número.

As memórias também podem ser classificadas de acordo com seu conteúdo:

As memórias que registram fatos, eventos ou conhecimento são chamadas declarativas, porque nós, os humanos, podemos “declarar” que existem e descrever como os adquirimos. Entre elas, encontram-se as memórias

referentes a eventos aos quais assistimos ou dos quais participamos: essas memórias denominam-se episódicas ou autobiográficas. As memórias de conhecimentos mais gerais são denominadas semânticas.

Denominam-se memórias procedurais ou de procedimentos as memórias de capacidades ou habilidades motoras e/ou sensoriais e o que comumente chamamos de hábitos. Exemplos típicos são as memórias de como andar de bicicleta, nadar, soletrar, tocar em um teclado, etc. (IZQUIERDO, 2018, p.17-18).

2.1.2. Desuso da memória

Para Bergamaschi (2002), o desenvolvimento cada vez mais veloz da ciência fez com que predominasse gradativamente a utilização da memória de curto prazo. Com esse tipo de memória colocada em evidência, o novo logo se desatualiza e se transforma. Tudo aquilo que é recém-criado rapidamente é desatualizado em um ciclo de progresso sem fim, no qual a lógica é a superação e substituição constante do antigo pelo novo.

Parracho (2011) também relata que a sociedade atual possui uma enorme facilidade de acesso a diferentes tipos de imagens e isso traz por consequência o fato de a maioria dos alunos não exercitarem sua memória visual. A nova era tecnológica transformou o recurso à imagem em algo cada vez mais instantâneo. O homem de hoje possui um grandioso acervo cognitivo a sua disposição, tonando-se extremamente qualificado em organizar informações e pesquisá-las.

Entretanto, o autor faz um alerta:

Essencialmente o homem abdicou de explorar determinados processos naturais, nomeadamente a memória e outros processos de decoração porque j a não necessita deles. O facilitismo no acesso   imagem está tão presente, que principalmente nas gera es mais novas, não   questionado o seu lado negativo. Este caminho rápido e fácil contorna os processos de memoriza o, criatividade e reten o cognitiva, porque tudo se torna cada vez mais descartável, pesado e supérfluo. Esta disfun o irá ter repercussões num futuro muito próximo, quando estas primeiras gera es nascidas na era do telemóvel, da internet , da playstation e do ipod começarem a chegar ao mercado de trabalho e revelarem a sua eficácia apenas na gestão e apropria o da informa o nos meios tecnológicos. Estas desconexões poderão não ser tão visíveis em alguns postos de trabalho, mas elas irão tornar-se inevitáveis em todas as áreas que envolvam cria o de novos produtos, inven o científica e, principalmente, na produ o artística, ou seja, nas actividades criativas. (PARRACHO, 2011, p. 1).

2.1.3. Rela o entre a memória e a aten o

De acordo com Rabelo e Da Silva Mazariolli (2019), a aten o   um processo cognitivo que permite a concentra o naquilo que   essencial em detrimento de outros

estímulos irrelevantes. Ela está intimamente relacionada com o processo de memorização e aprendizagem. Alguns autores referem-se à atenção como a concentração em uma tarefa mental na qual alguns estímulos perceptivos são selecionados, enquanto ocorre uma tentativa de excluir outros estímulos que interferem no processo inicial.

Para os autores, a atenção permite que o ser humano utilize este recurso juntamente com outros recursos cognitivos, tais como a memória e a coordenação motora. Ela é capaz de emitir respostas adequadas, mediante estímulos que julgue importante responder, em determinados aspectos do ambiente.

Na pesquisa desses autores, os tipos de atenção foram classificados como atenção concentrada, dividida e alternada. A primeira é a capacidade de alguém manter a concentração em uma tarefa por um determinado tempo, selecionando apenas uma fonte de informação em detrimento de outros estímulos distratores. A segunda é a capacidade do indivíduo de realizar, concomitantemente, mais de uma atividade, o que exige a coordenação de estímulos diferentes. É dividir a atenção sob o controle de diferentes estímulos, isto é, executar, simultaneamente, mais de uma ação de marcação de estímulos diferentes. A última é a capacidade de a pessoa concentrar-se ora em um estímulo, ora em outro. Para isso, foca sua atenção ao procurar os estímulos-alvo e desconsiderar os estímulos distratores. A atenção auxilia a monitorar as interações com o ambiente, a conectar o passado e o presente para que haja um sentido de continuidade da experiência e, por último, ajuda a controlar e planejar as ações futuras.

Araújo e Moura (2003) defendem em sua tese de mestrado que o aprimoramento das funções psicológicas superiores (atenção e memória) está ligado ao desenvolvimento cultural, estabelecido por instrumentos e signos cuja natureza é mediadora.

2.1.4. Processo cognitivo da aprendizagem e memorização

Para Sprenger (2008, p.33), há três estilos de aprendizes:

São eles: 1) aprendizes visuais que prestarão uma atenção particular às informações visuais, incluindo texto; 2) aprendizes auditivos para quem as informações tornam-se mais assimiláveis pela discussão; 3) aprendizes cinestésicos ou táteis que aprendem melhor quando envolvem diretamente o corpo e podem precisar se “tornar” aquilo que estão aprendendo.

Dessa forma, também há policiais que reagem de forma diferente de acordo com o tipo de estímulo (visual, auditivo, tátil etc.) a que são submetidos. Cabe ressaltar que o autor também afirma que “a experiência do cotidiano e os estudos de laboratório revelam que os incidentes emocionalmente carregados são mais lembrados do que os eventos não-emocionais” (SPRENGER, 2008, p. 29). Por outro lado, o conhecimento adquirido por meio de uma aprendizagem mecânica é facilmente esquecido, pois está fragmentado, desconectado de outras informações.

Para Medeiros e Bezerra (2013) a aprendizagem ideal envolve a motivação intrínseca, pois quando se está intrinsecamente motivado, neurotransmissores como a dopamina são liberados em nosso cérebro. Isso proporciona mais disposição para a realização do objetivo (nesse caso a aprendizagem e memorização).

Ainda sobre o processo de memorização e sua relação com o conhecimento afirmam:

O conhecimento significativo é, por definição, o produto de um processo psicológico cognitivo (“saber”) que envolve a interação entre novas ideias logicamente e culturalmente compatíveis ou compatibilizáveis, com as ideias anteriores já ancoradas na estrutura cognitiva particular do aprendiz. É por demais relevante saber que nesse processo de produção do conhecimento significativo a própria estrutura cognitiva do indivíduo também se modifica ampliando-se, diversificando-se, intensificando seu potencial tornando-se assim cada vez mais capaz de processar novas informações, ideias e dados e ancorar os resultados desse processamento num continuum aparentemente ilimitado.

Diferentemente disso na aprendizagem mecânica o conhecimento é armazenado de maneira arbitrária, não se relacionando com qualquer informação prévia existente na estrutura cognitiva. Portanto, apesar de a priori constitui-se como “novidade” para o aprendiz ao ser mecanicamente assimilado, não se integra a estrutura cognitiva existente caindo facilmente no esquecimento (MEDEIROS E BEZERRA, 2013, p. 191).

Para Sprenger (2008) novidades atrativas percebidas pelo cérebro provocam a liberação de neurotransmissores como a endorfina, que provocam liberação de energia, euforia e são imprescindíveis para a aprendizagem e memória. Para a informação sair da memória de curto prazo e ser arquivada na memória de longo prazo, ela tem de alguma maneira se tornar significativa. Ocorre a transformação desse dado em algo que pode ser buscado e também realiza novas conexões com outras informações.

De acordo com Moraes (2009), a passagem da memória de curto prazo para a memória de longo prazo envolve uma reconfiguração das conexões cerebrais. É importante desenvolver o sentimento de relevância daquilo que deve ser ensinado e

memorizado, aumentando a motivação que envolve dois componentes distintos: o gostar e o querer. Eles envolvem circuitos cerebrais com a predominância do neurotransmissor dopamina, responsável pelo prazer químico e por aumentar a probabilidade de as informações serem arquivadas na memória de longo prazo.

Para Izquierdo (2018) o armazenamento das memórias é feito por meio de alterações estruturais das sinapses relacionadas a cada uma delas. Essas alterações poderiam ser bifurcações, alargamentos, encurtamentos ou outras possibilidades biológicas. No caso de memórias simples, alguns milhões de sinapses poderiam ser modificadas em diferentes áreas do cérebro. Já para memórias mais complexas fala-se em bilhões de sinapses espalhadas por todo o cérebro.

2.1.5. A memória de relatos

De acordo com Rezende (2006) a memória de relatos é aquela que armazena uma sequência de informações, em uma lógica cronológica, fornecidas por estímulo verbal. Esse processo cognitivo encontra diversas nomenclaturas na literatura, tais como memória de materiais linguísticos, memória semântica, memória do discurso ou memória de sentenças.

Segundo a autora, a literatura sobre a memória do discurso entende que, ao armazenarmos informações, conectamo-las com outras informações já arquivadas, gerando novas combinações sobre o evento original. Sendo assim, ao descrever determinado acontecimento, é possível que haja uma mistura entre o que verdadeiramente aconteceu e informações que se acredita terem feito parte do evento original, mas que não fizeram. Quando não se recorda determinada informação, busca-se por dados relacionados e, assim, substituímos a informação que não se lembra, produzindo uma inferência. Nesse processo o indivíduo acredita que recorda o que de fato aconteceu, mas a inferência leva a informações incorretas sem que se perceba.

Ela ainda defende que, apesar da característica natural e imperceptível da interferência no comportamento humano, na profissão policial a inferência pode ser prejudicial porque se trata de uma atividade que trabalha com fatos comprovados. A memória pode ser alterada por falsos pressupostos, inserindo afirmações acerca da existência de um acontecimento que não existia no evento original. Um relato pode ser influenciado pela maneira como uma pergunta é feita e também por expressões

anteriores e questões preliminares que são inseridas ao evento original. As pessoas esquecem detalhes de episódios e preenchem esses elementos faltosos com detalhes da sua experiência. Um dos motivos dessa pouca exatidão é o fato de que as pessoas confundem o que realmente observam sobre um incidente com o que ouvem de outras fontes, ou produzem inferências sobre o evento.

Ao tratar da metodologia de seu trabalho a autora relata que:

Também foram verificados quais estímulos sensoriais seriam mais utilizados na atividade policial, se verbais ou visuais. Foi verificado que a maior parte das informações que garantem o exercício da profissão é de natureza auditiva, para todos os cargos policiais. Os entrevistados esclareceram, ainda, que dificilmente visualizam o crime no momento de sua consumação. Os policiais são acionados, na maioria das vezes, após o crime já ter ocorrido e buscam elucidar o fato a partir das provas existentes. Quanto ao tempo de retenção das informações trabalhadas pelo policial, os entrevistados relataram que entre a escuta de relatos e a recordação dessas informações normalmente existe um lapso temporal significativo variando de alguns minutos, dias ou anos após o fato. Dessa forma, observa-se que a recuperação de informações na função policial parece acontecer, principalmente, com memória de longo prazo, com retenção mais prolongada. (REZENDE, 2006, p. 46)

De acordo ainda com Rezende (2006), a literatura mostra que, numa sequência cronológica de informações aprendidas, a memória apresenta melhor desempenho para informações apresentadas por último. O desempenho diminui para informações iniciais e fica ainda pior para o que foi dito de forma intermediária. Para tanto, testes para avaliação da memória diferem em relação ao público-alvo em que são aplicados. Gênero, idade dos participantes e outras distinções podem requerer normas específicas. Ressalta-se, portanto, que seja qual for o tipo de memória analisada, há diferentes possibilidades de avaliação de segmentos específicos da memória por meio de testes.

2.1.6. Relação entre o estresse e a memória

O estresse é identificado como um dos grandes fatores que pode influenciar negativamente a capacidade de memorização de um indivíduo. Para Moreira, Sousa, Costa (2019) o estresse é o conjunto de alterações psicológicas ou fisiológicas, provocadas por eventos que o indivíduo não é capaz de controlar. O estresse ocupacional é aquele causado em virtude da profissão ou no ambiente de trabalho. Sua ocorrência tem aumentado e como consequência é possível observar a elevação

do absenteísmo e da improdutividade.

Para os autores, os militares são expostos a fatores como sobrecarga de trabalho, perigo de morte, alta responsabilidade e pressão constante, o que aumenta a probabilidade de que adoeçam com altos níveis de estresse. Esses profissionais devem ser submetidos a programas cujo objetivo seja a diminuição do estresse, de forma que possam manter a higidez física e mental.

Segundo De Sousa et. al. (2009), toda situação que modifique o funcionamento do indivíduo e exija uma adaptação pode ser considerada como agente estressor. Mas alguns autores defendem que nem todo estresse é ruim. O eutress é o estresse capaz de potencializar a produtividade do indivíduo, causando uma resposta positiva. Segundo eles, esse tipo de resposta é essencial para a sobrevivência humana.

Conforme Santana e Sabino (2012), o trabalho policial é descrito pela literatura como o mais estressante de todos os ofícios, sendo que os policiais estão entre os profissionais que mais sofrem estresse, pois estão constantemente expostos ao perigo e à agressão, devendo frequentemente intervir em situações de conflito e tensão. Tais profissionais enfrentam condições de trabalho pautadas pelo risco, somados a possíveis imprevistos e incidentes. Convivem ainda, com a contínua necessidade de tomada de decisão rápida e precisa, que deve ser feita através de leituras corporais e/ou intenções de outros indivíduos ou organizações em seu redor.

Segundo Costa (2007), grande parte dos profissionais que se encontram estressados apresentam sintomas psicológicos, como irritabilidade, mau humor, nervosismo dentre outros. Em alguns casos, sintomas físicos como sudorese, tremores, pés e mãos frios, perda de sono, dificuldade de memorização e tensão. Ocorre que o nível de estresse é um grande fator de influência para medir a qualidade do serviço oferecido e pode acarretar em diminuição da produtividade dos policiais.

Santana e Sabino (2012) falam sobre algumas implicações do estresse como a apresentação de problemas de memória, impossibilidade de trabalhar, distúrbios do sono, tensão muscular, doenças dermatológicas, dificuldades sexuais, depressão, problemas digestivos, hipertensão, perda do humor, irritabilidade, tontura e até aumento da sensibilidade emotiva.

Os autores também defendem que o policial militar frequentemente é exposto a desgastes físicos e emocionais inerentes a natureza do seu exercício profissional diário. O contato direto com a violência, em suas mais variadas formas, o próprio risco

de matar ou morrer no atendimento a ocorrências, tudo influencia o comportamento, as decisões e a forma de ver, ouvir e entender a realidade ao redor.

No mesmo sentido, Portela e Bughay Filho (2007) relatam que, diariamente, o policial é submetido a uma carga de adrenalina, permanecendo em estado de preparação para agir se for preciso. Conforme aumenta o nível de tensão, aumenta o nível de vigilância e de expectativa. Dessa forma, o profissional está sob pressão constantemente, o que modifica seu padrão de pensar e agir. Além disso, pode apresentar dificuldades para estabelecer prioridades, ocasionando sensações de hesitação, visão estreita, raciocínio confusos.

Ainda sobre os efeitos fisiológicos do estresse e sua relação com a consolidação das memórias tem-se que:

Há muitos anos, sabe-se que o nível de alerta, a ansiedade e o estresse são acompanhados por um aumento do tônus simpático, que acarreta uma liberação de noradrenalina das terminações dos nervos simpáticos para o sangue. Sabe-se também que o alerta, a ansiedade, e o estresse causam a liberação de hormônio adrenocorticotrófico (ACTH) pela hipófise anterior, de glucocorticoides pelo córtex da suprarrenal, de adrenalina pela medula da suprarrenal e de vasopressina pela hipófise posterior. O nível sanguíneo dessas substâncias se correlaciona com o estado do sujeito. Assim, aumenta conforme o alerta aumenta e se confunde já com um grau moderado de ansiedade, continua aumentando conforme a ansiedade cresce, até o ponto de se confundir com o estresse, e aumenta ainda mais conforme o estresse se intensifica. O efeito de todas essas substâncias na aquisição ou na fase inicial da consolidação (primeiros 5 a 10 minutos) é aumentá-la até certo nível e, a partir deste, quando a ansiedade é intensa e começa o que poderíamos denominar estresse, é o de diminuir a consolidação. Existe, portanto, um efeito modulador com uma curva em U invertida, denominada curva de Yerkes-Dodson. (IZQUIERDO, 2018, p. 70-71).

2.1.7. Treinabilidade da memória

Izquierdo (2018) afirma que o uso constante da memória faz com que o déficit funcional dessa capacidade seja reduzido com o passar dos anos. As funções cerebrais são tão melhores quanto mais são utilizadas. A memória não foge à regra. Quanto mais se usa, menos se perde. Uma pessoa que passa muito tempo ociosa ou dormindo tende a perder a memória antes do que uma pessoa que sempre está aprendendo algo. A perda da memória pela falta de uso está relacionada com a atrofia das sinapses envolvidas no processo.

Tieppo (2018, p. 224) defende ideia no mesmo sentido:

A memória operacional também pode ser melhorada. Isso acontece por

causa do uso constante e desafiador que faz com que a necessidade dela vá aumentando à medida que a complexidade dos desafios na vida e na educação formal se acentuam. Faz parte do conjunto de informações preciosas que a neurociência tem para colaborar com o nosso desenvolvimento a descoberta de que podemos exercitar a nossa memória operacional através de exercícios específicos. Treinar a memória operacional não só melhora a própria memória operacional como provoca incrementos na capacidade de raciocinar e encontrar soluções alternativas para determinadas circunstâncias.

2.2. METODOLOGIA

A presente pesquisa classifica-se, quanto a sua natureza, como trabalho científico original. Trata-se de pesquisa aplicada, cujo objetivo é desenvolver uma forma de intervenção capaz de minimizar o problema apresentado, contribuindo para o aumento da eficiência da Polícia Militar do Distrito Federal por meio de seus policiais.

Quanto ao seu objeto, a pesquisa possui caráter bibliográfico e pesquisa de campo, com a aplicação de questionários como forma de coleta de dados. Para isso, foi necessária a utilização de procedimentos técnicos compatíveis, como a consulta a diferentes fontes (livros, periódicos, artigos científicos, vídeos etc.) e a coleta de dados dos resultados dos questionários aplicados que, após tabulados, foram interpretados de acordo com a base teórica apresentada.

Para Gil (2002), na pesquisa de campo o foco pode ser um grupo específico, independente de distribuição geográfica, levando em consideração as mais variadas atividades desenvolvidas pelo homem (trabalho, lazer, educação etc.). Ela é desenvolvida por meio da observação direta e entrevistas que buscam explicar os fatos que acontecem no grupo estudado. Assemelha-se muito ao levantamento, mas é mais flexível, admitindo até mesmo a reformulação de seus objetivos durante a pesquisa.

Para Silva e Menezes (2005) a pesquisa quantitativa é aquela que transforma em números as informações, ou seja, tudo aquilo que é contabilizável e assim pode ser analisado. Utiliza-se de recursos da estatística como média, moda, mediana, desvio-padrão etc. Já a pesquisa qualitativa atribui significados aos fenômenos, criando uma ligação entre o objetivo e a subjetividade do indivíduo, que não é possível de se transformar em números. Portanto, não requer o uso de técnicas de estatística e a análise tende a ser indutiva.

Desse modo, a presente pesquisa apresenta aspectos qualitativos, pois analisa informações subjetivas dos policiais militares, ao passo em que busca

compreender como cada um deles gerencia as informações durante as ocorrências. Por outro lado, também apresenta aspectos quantitativos, uma vez que por meio da aplicação de questionário, os dados coletados foram registrados, trabalhados estatisticamente e armazenados.

Para Silva e Menezes (2005), o questionário é composto por questões em uma ordem pré-determinada, sendo respondido por escrito. Deve conter instruções capazes de expressar a importância da participação do respondente, bem como dicas para facilitar o seu preenchimento. Não pode ser muito extenso, primando sempre pela objetividade.

Este pesquisador optou por realizar questionário digital, produzido por meio da plataforma Google Forms, com o objetivo de facilitar a divulgação no âmbito das mais diversas Organizações Policiais Militares (OPM) do Distrito Federal, bem como a rapidez de conhecimento das respostas. Mostrou-se como a alternativa mais adequada face a realidade de distanciamento social imposta pela pandemia da COVID-19. Não foram impostas restrições, sendo possível que tanto oficiais como praças do serviço ativo respondessem ao questionário. Foram abarcados tanto o efetivo do serviço operacional como administrativo.

Os questionários foram divulgados, durante o mês de novembro de 2020, em alguns grupos de policiais militares. Foram obtidas, no total, 226 respostas. Todos os respondentes são policiais militares do Distrito Federal, do serviço ativo, que é o público alvo da pesquisa. Visando a objetividade, o instrumento foi composto de apenas nove perguntas (constantes no apêndice A), cada uma com uma área de interesse diferente, conforme o quadro abaixo:

Quadro 1 – Distribuição das perguntas do questionário por área de interesse

Área de interesse	Dado solicitado	Pergunta
Necessidade da situação-alvo	Avaliação da necessidade de uso da memória em serviço	1
Conhecimento acerca da situação-alvo	Avaliação do conhecimento de técnicas de memorização	2
Treinamento em relação a situação-alvo	Treinamento Individual	3
	Treinamento oferecido pela Corporação	4
Competência em relação a situação-alvo	Autoavaliação da capacidade de memorização	5
Dados pessoais	Idade	6

	Gênero	7
Perfil profissional	Tempo de serviço	8
	Tipo de serviço (operacional ou administrativo)	9

Fonte: Elaborado pelo autor (2021)

As cinco primeiras perguntas relacionaram-se diretamente a situação-alvo em estudo, qual seja a relação entre a utilização da memória e o serviço policial. O objetivo foi verificar a percepção que os policiais têm sobre essa relação, bem como levantar se conhecem e treinam técnicas de memorização. Importante também foi verificar se a Corporação fornece algum subsídio, teórico e/ou prático, em seus cursos de formação.

As outras quatro perguntas fazem o levantamento do perfil pessoal e profissional, permitindo cruzamento de dados relacionados a idade, tempo de serviço, sexo e tipo de serviço predominantemente exercido durante a carreira. Cabe ressaltar que a idade e o tempo de exposição a situações de estresse são fatores que interferem diretamente na capacidade de memorização, conforme exposto na fundamentação teórica.

Nas perguntas 1,3 e 5 foram utilizadas escalas de 5 pontos, observando-se a simetria entre as opções de resposta, variando desde um item totalmente positivo até um totalmente negativo, com as adaptações necessárias a cada tipo de resposta. As perguntas 6 e 8 foram as únicas cuja resposta era livre. Optou-se por não realizar o levantamento por faixa de idade/tempo de serviço a fim de obter um panorama mais detalhado da realidade dos participantes.

Alguns participantes se abstiveram de responder algumas questões. As perguntas de 1 a 5 tiveram uma abstenção cada, totalizando 225 respostas. A pergunta 6 teve três abstenções totalizando 223 respostas. A pergunta 7 e 8 tiveram quatro abstenções, totalizando 222 respostas. A pergunta 9 teve duas abstenções, totalizando 224 respostas. O maior percentual de respostas em branco representou menos de 2% do total, sendo desprezível para a análise.

Os dados foram exportados da plataforma Google Forms para planilhas de Excel, o que permitiu sua tabulação, tratamento e confecção de gráficos e tabelas inteligíveis, que serão apresentados e discutidos no próximo capítulo.

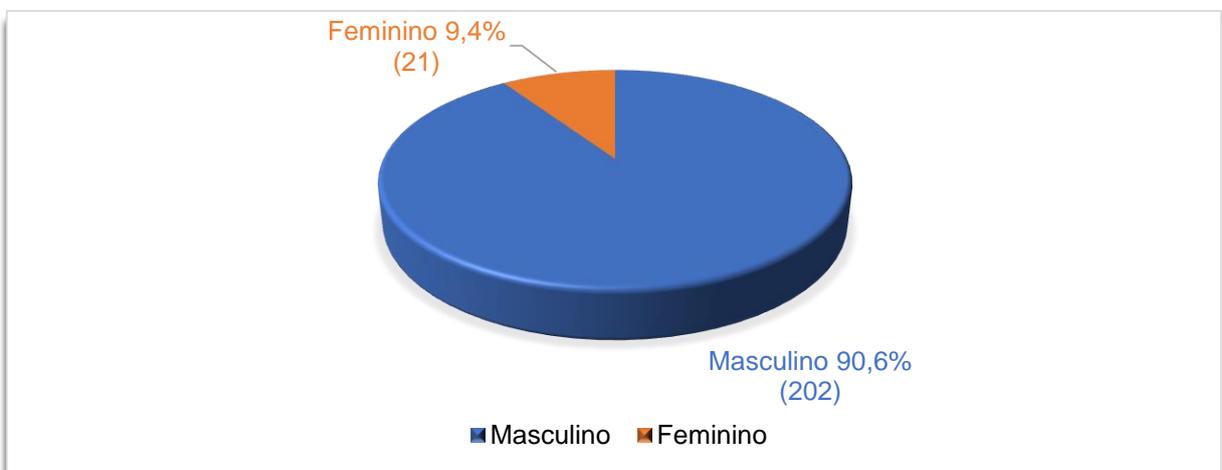
2.3. ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Neste capítulo será realizada a compilação e análise das respostas obtidas pela pesquisa, por meio da aplicação do questionário, cujo objetivo foi levantar o perfil e a necessidade dos policiais militares em relação a utilização da memória no serviço operacional e/ou administrativo. Esses dados serão confrontados com a base teórica apresentada, respeitando as alternativas metodológicas escolhidas. Por fim, será proposta uma solução prática, que permita uma intervenção em caso concreto, cuja finalidade é a de dotar os policiais de ferramentas que aumentem a eficiência do serviço prestado à sociedade e elevem o nome da Corporação.

2.3.1. Análise do perfil pessoal e profissional dos participantes

Os participantes da pesquisa são todos policiais militares da Polícia Militar do Distrito Federal (PMDF) e do serviço ativo. Quanto ao sexo dos participantes, foram registradas 223 respostas. A maioria dos participantes são do sexo masculino, com uma proporção de 90,6%. A minoria do sexo feminino era esperada e representa a realidade do efetivo da Corporação. A legislação fixa o limite de 10% para o efetivo feminino de cada Quadro. Na pesquisa, as mulheres foram representadas por 9,4%. Em números absolutos, 202 respondentes são do sexo masculino e 21 do sexo feminino. Dessa forma, a amostra reflete a população abrangida e permite chegar a conclusões coerentes com a situação fática.

Gráfico 1 – Participantes por sexo

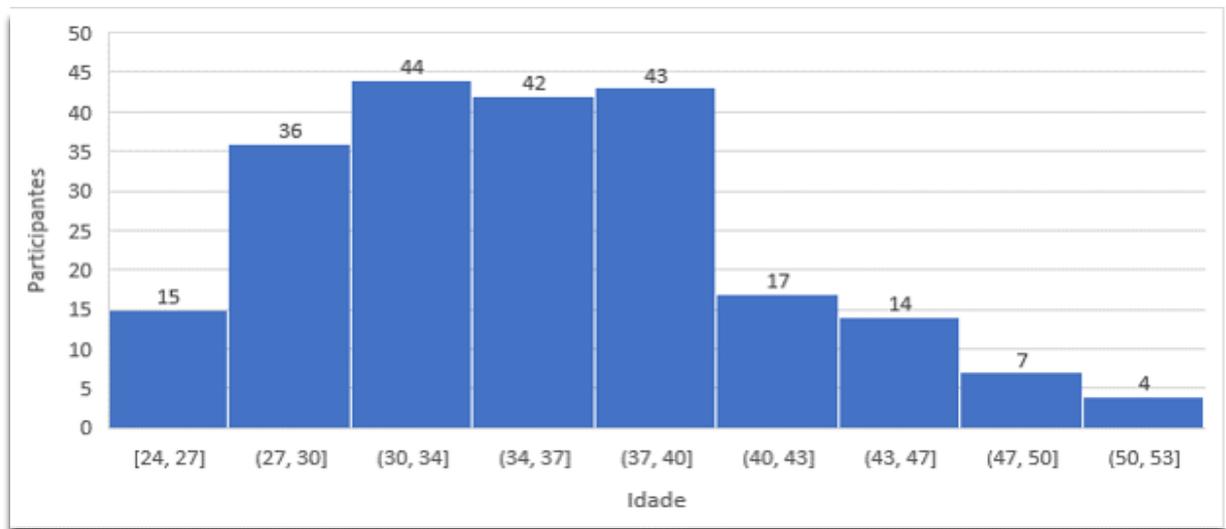


Fonte: Elaborado pelo autor (2021)

Quanto à idade, não foi colocada uma faixa etária para escolha, sendo a resposta livre dos participantes. Foram obtidas 222 respostas. A amplitude da amostra foi de 29 anos. O policial mais novo possui 24 anos e o mais velho 53 anos. Para a montagem do histograma foram criadas nove classes com amplitude de quatro anos. 95 participantes possuem idade até 34 anos (inclusive), representando 42,8% do total. Apenas quatro policiais, menos de 2%, contam com mais de 50 anos de idade. Cabe ressaltar que o público-alvo da pesquisa foram os policiais militares do serviço ativo, o que vai ao encontro da pequena porcentagem de indivíduos com idades mais avançadas.

Esses dados revelam que a amostra está concentrada na faixa etária entre 27 e 40 anos, totalizando 165 dos 222 respondentes. Ou seja, cerca de 3/4 são policiais relativamente jovens e que, em tese, possuem menores riscos de serem atingidos por demências e outros tipos de problemas neurológicos que afetem a capacidade de memorização. Ainda assim, muitos relatam dificuldades com o gerenciamento das informações durante o serviço policial.

Gráfico 2 – Participantes por idade



Fonte: Elaborado pelo autor (2021)

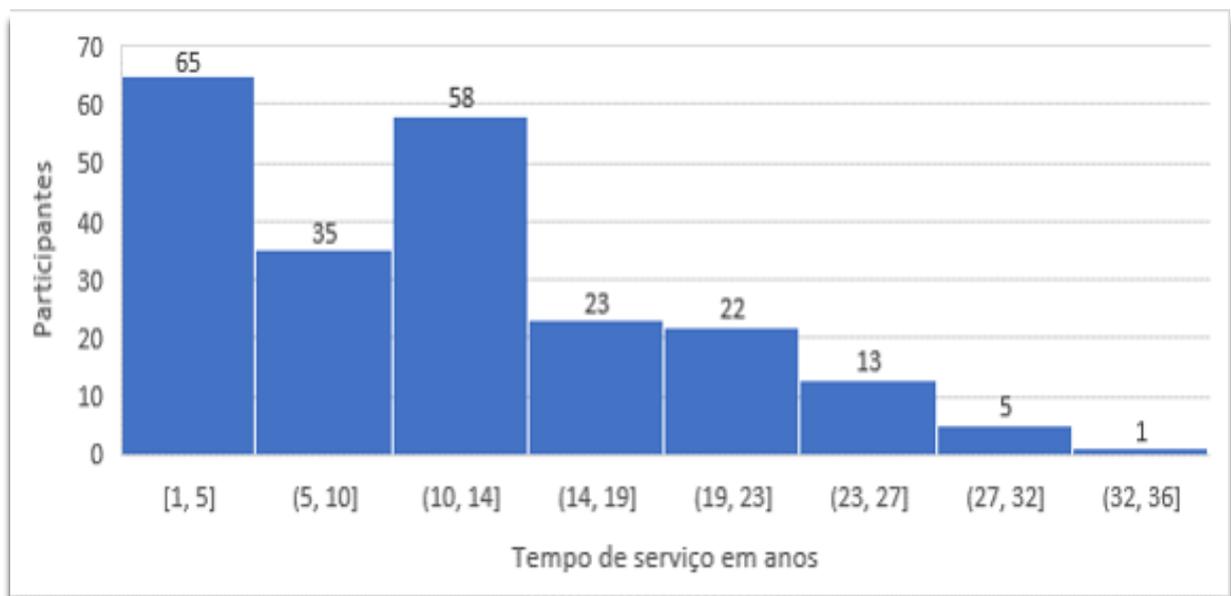
Quanto ao tempo de serviço em anos, os participantes também ficaram livres para responder. Foram obtidas 222 respostas. A amostra possui uma amplitude de 31 anos, sendo o policial mais inexperiente com um ano de serviço completo e o mais experiente com 32 anos. Isso demonstra que a pesquisa atingiu um amplo espectro

de policiais, com diferentes tempos de serviço e de exposição às situações de risco e estresse.

Para a realização do histograma, foram feitas oito classes com amplitude de 5 (cinco) anos cada. 65 participantes possuem até cinco anos de serviço (inclusive), representando 29,28% do total. 122 policiais militares possuem mais de dez anos de serviço, que é o tempo necessário para as praças terem assegurada sua estabilidade. Esse quantitativo representa mais da metade do total (54,95%), sendo então expressiva a participação de policiais considerados experientes no serviço.

Considerando os policiais que possuem mais de cinco anos de serviço, há um quantitativo de 157 do total de 222 respondentes. Ou seja, cerca de 71% da amostra. Isso demonstra que mesmo policiais experientes e acostumados ao serviço policial militar apresentam dificuldades com o gerenciamento de dados quando lhes é exigida o uso da capacidade de memorização.

Gráfico 3 – Participantes por tempo de serviço



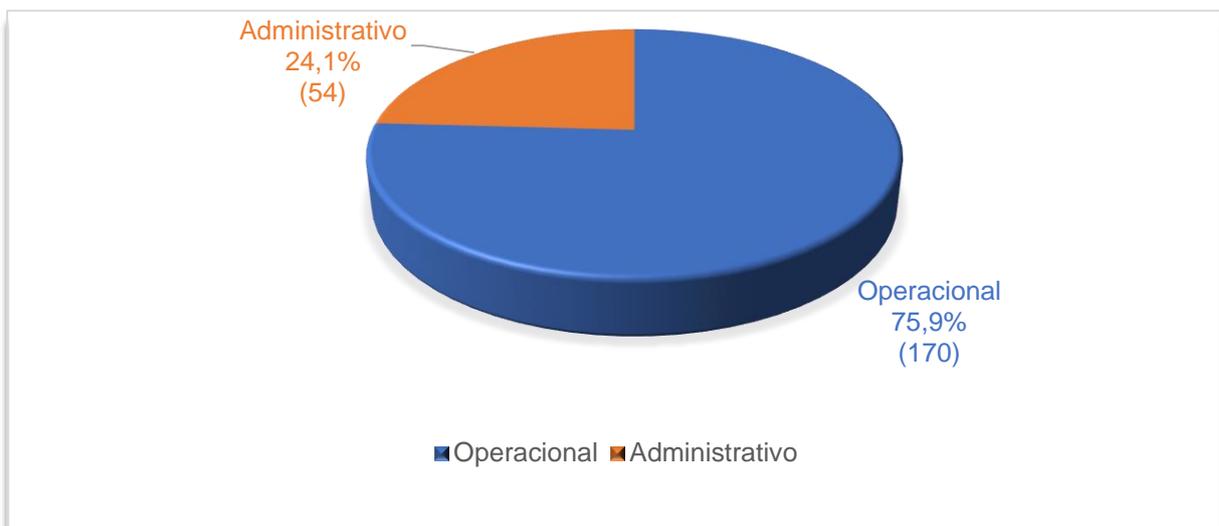
Fonte: Elaborado pelo autor (2021)

Finalizando o mapeamento do perfil pessoal e profissional dos participantes, foi questionado em qual tipo de serviço o policial militar passou a maior parte de sua carreira. Era possível escolher entre as seguintes opções: serviço administrativo ou operacional. Foram registradas 224 respostas. 75,9% passou a maior parte do tempo no serviço operacional e 24,1% no serviço administrativo. Ou seja, cerca de 3/4 esteve

mais tempo no serviço operacional, entendido como o policiamento ostensivo preventivo e repressivo imediato, serviço velado e afins.

Entretanto, a parcela de policiais no serviço administrativo é significativa e nos permite chegar a conclusões aplicáveis aos dois grupos simultaneamente. Sendo assim, as dificuldades apontadas nas questões subsequentes afetam policiais do serviço operacional e aqueles que atuam no serviço administrativo. Não foi possível medir em qual grau de intensidade cada um desses grupos é atingido proporcionalmente. O que se espera é que os policiais que estão em patrulhamento nas ruas sejam mais afetados por problemas de memorização, pois em tese experimentam com mais frequência situações de estresse e risco elevado.

Gráfico 4 – Participantes por tipo de serviço exercido durante a carreira



Fonte: Elaborado pelo autor (2021)

2.3.2. Análise da situação-alvo

Neste segundo bloco se inicia a análise das questões mais direcionadas ao entendimento da relação entre o uso da memória e o serviço policial militar, sob o ponto de vista dos próprios executores.

A primeira questão abordou a frequência em que foi necessária a memorização de dados (relacionados a uma ocorrência) durante o serviço operacional. Foram registradas 225 respostas. A maioria (79,6%) respondeu que essa necessidade é “muito frequente”. Uma parcela de 18,2% respondeu que é “frequente”.

Somando-se esses dois grupos temos mais de 97% da amostra. Ou seja, quase a totalidade dos respondentes considerou, pelo menos, frequente a necessidade de memorização de informações durante o serviço policial militar.

Os dados corroboram a ideia defendida pelo pesquisador de que o serviço policial, inevitavelmente, exige uma habilidade diferenciada para a memorização de informações intrínsecas ao desenrolar natural das mais variadas ocorrências. Essa percepção geral independe de variáveis como sexo, idade e tempo de serviço.

Tabela 1 – Necessidade de memorização de dados

Frequência	Participantes
Muito Frequente	170
Frequente	54
Ocasionalmente	2
Raramente	1
Nunca	2
Total	225

Fonte: Elaborado pelo autor (2021)

A segunda questão levantou qual o nível de conhecimento dos policiais militares em relação a técnicas de memorização. Foram registradas 225 respostas. Um pouco menos da metade (49,33%) admitiu não conhecer nenhuma técnica de memorização. Em números absolutos correspondem a 111. Ou seja, metade da amostra desconhece completamente as técnicas de memorização, ainda que admitam que a necessidade de utilizar essa capacidade seja recorrente durante o serviço policial. Esse dado é preocupante e demonstra a carência que o efetivo policial apresenta em relação ao tema.

É possível que muitos utilizem, de forma inconsciente, alguma técnica para gerenciar tantos dados. Muitas vezes a solução é a utilização de prancheta, papel e caneta ou o registro no aparelho celular. Ocorre que nem sempre esses recursos estão disponíveis e sua utilização pode representar uma quebra dos princípios de segurança de uma abordagem. Muitas vezes o policial militar terá apenas alguns segundos em contato com a informação que deve ser memorizada.

81 respondentes declararam conhecer uma técnica de memorização. Essa parcela corresponde a 36% da amostra. Diante da diversidade de técnicas de memorização existentes, conhecer apenas uma é insuficiente para aqueles cujo

trabalho exige uma capacidade diferenciada de memorização, conjugada com exposição a risco de morte e situações de estresse.

Tabela 2 – Conhecimento de técnicas de memorização

Quantidade	Participantes
Nenhuma	111
Sim, uma	81
Sim, duas	28
Sim, três ou mais	5
Total	225

Fonte: Elaborado pelo autor (2021)

A terceira questão levantou com que frequência os policiais militares realizam exercícios para melhorar sua capacidade de memorização. Foram registradas 225 repostas. 76 participantes (33,78%) responderam que nunca treinam sua capacidade de memorização. Outros 84 (37,33%) responderam que o fazem raramente. Somando os dois grupos temos um percentual de mais de 70%. Mais um dado que preocupa e corrobora a necessidade de uma intervenção institucional para o problema.

Exercícios que treinam o cérebro, em suas diferentes habilidades, são responsáveis por uma melhor saúde neurológica, retardando doenças como a demência e o Alzheimer. O impacto na qualidade de vida, principalmente com o envelhecimento, é inestimável. Mais importante do que conhecer as técnicas de memorização é exercitá-las constantemente. A perenidade do treinamento de memorização é a chave para a manutenção e melhoria da memória de trabalho e demais sistemas neurológicos relacionados.

Tabela 3 – Treinamento de memorização

Frequência	Participantes
Muito Frequente	01
Frequente	17
Ocasionalmente	47
Raramente	84
Nunca	76
Total	225

Fonte: Elaborado pelo autor (2021)

A quarta pergunta questionou se ao policial militar, em seu curso inicial ou sequencial de carreira, foi ensinada alguma técnica de memorização. Em caso de

resposta afirmativa, ainda foi possível ao participante informar se o ensino se deu de forma satisfatória ou não. O objetivo era avaliar o nível de ensino, fornecido pela Corporação, relacionado ao tema. Foram obtidas 225 respostas, conforme tabela abaixo:

Tabela 4 – Ensino corporativo de memorização

Ensino PMDF	Participantes
Não tive	191
Sim, de forma satisfatória	10
Sim, de forma insatisfatória	24
Total	225

Fonte: Elaborado pelo autor (2021)

Apenas 34 participantes responderam que tiveram ensino de técnicas de memorização nos cursos da PMDF, o que representa cerca de 15% do total. É uma parcela muito pequena, sendo que deles, cerca de 70% julgaram que o ensino não foi satisfatório. Em números absolutos correspondem a 24. Menos de 5% do total de respondentes julgaram que o ensino foi satisfatório. Em números absolutos correspondem a 10.

191 policiais militares declararam que não tiveram ensino de técnicas de memorização em seus cursos inicial ou sequencial de carreira na PMDF. Esse quantitativo corresponde a 85% da amostra. Mais uma vez demonstra a necessidade de intervenção da Corporação.

A capacidade de memorização de dados é necessária até mesmo nas ocorrências mais rotineiras, sendo elemento relacionado a abordagem policial e, portanto, deveria ser estimulada desde a formação inicial dos policiais militares. Juntamente com a verbalização, posicionamento e medidas de segurança, deveriam ser ensinadas técnicas de memorização de dados aos policiais. Dessa forma, estimularia o exercício dessa capacidade a cada abordagem realizada.

A quinta questão, a última do bloco que aborda a situação-alvo, encerra solicitando uma autoavaliação do policial militar em relação a sua capacidade de memorização. Foi utilizada uma escala de 5 pontos, variando desde “excelente” até “ruim”. Foram obtidas 225 respostas, conforme tabela a seguir:

Tabela 5 – Autoavaliação de capacidade de memorização

Autoavaliação	Participantes
Excelente	08
Muito boa	22
Boa	68
Razoável	87
Ruim	40
Total	225

Fonte: Elaborado pelo autor (2021)

87 participantes consideram sua capacidade de memorização “razoável” e 40 consideram-na “ruim”. Somando os dois grupos temos mais de 56% do total. O desejável para uma amostra de policiais é que esse percentual fosse bem menor. A baixa capacidade de memorização aliada a situações de risco e estresse é uma reação perigosa, que fatalmente vai desencadear em uma baixa da qualidade do serviço prestado à sociedade.

Conforme a fundamentação teórica da pesquisa, essa capacidade é treinável, a partir de exercícios específicos. O serviço policial exige uma habilidade de memorização muito acima da média. O primeiro passo é conscientizar o efetivo de policiais militares da importância de exercitá-la e de como isso pode influenciar positivamente o resultado de uma ocorrência. Apenas oito respondentes declararam ter uma capacidade de memorização excelente, um resultado muito aquém do esperado para aqueles que lidam com a segurança pública.

2.3.3. Proposta de intervenção

Neste último bloco será apresentada uma proposta de intervenção para o problema da pesquisa, calcada nos fundamentos teóricos e na análise estatística e crítica dos questionários aplicados em pesquisa de campo.

A memorização é uma habilidade cognitiva que se pode treinar com diferentes exercícios. Entretanto, é necessário conhecimento mínimo sobre o funcionamento do processamento das informações no cérebro e sobre a importância de manter as conexões neurológicas sempre ativas. A memória é o que permite ao homem aprender e transmitir o conhecimento. Somente a instrução e o treinamento continuado prepararão o efetivo da Corporação para atuar com excelência diante de tais dificuldades.

O Regulamento Geral de Educação (RGE) da PMDF está previsto na Portaria 1109, de 31 de dezembro de 2019. Ele dispõe sobre as diretrizes, planejamento, coordenação, fiscalização e controle das atividades educacionais. Um conceito importante é o de Instrução Policial Militar (InPM), previsto no artigo 26, § 2º, *in verbis*:

Art. 26. A educação técnico-profissional e superior na PMDF será desenvolvida por meio de Cursos ou de Instruções Policiais Militares.

§ 1º Curso é toda atividade educacional, realizada no âmbito dos EE ou das UEE, que se constitui de formação, de habilitação de caráter formativo, de aperfeiçoamento, de altos estudos, de especialização ou de programas de graduação ou pós-graduação, visando a capacitar e qualificar o policial militar, tendo por foco o exercício de cargos e funções policiais militares

§ 2º Instrução Policial Militar (InPM) é toda atividade educacional programada, de caráter prático e/ou teórico, realizada no âmbito da Corporação, de curta duração, que objetiva promover:

I - capacitação em técnica, tática ou conceito inerentes à atividade ou relacionada à condição de policial militar;(grifo nosso). (PMDF, 2019, p.26-27).

A partir da diferenciação entre cursos e instruções policiais militares, este pesquisador entende que as últimas seriam mais adequadas para uma intervenção prática sobre o problema apontado na pesquisa. O próprio RGE é claro ao afirmar, em seu artigo 28, que “a manutenção da eficiência e doutrina operacionais é assegurada no âmbito da Corporação não somente com a promoção de cursos, mas também com a realização de Instruções Policiais Militares (InPM), na forma desta portaria” (PMDF, 2019, p.6). Ainda sobre o assunto, o artigo 61 traz o seguinte:

Art. 61. As OPM da Corporação devem se programar para a realização de InPM a fim de contribuírem para o adequado preparo dos seus respectivos efetivos, definindo previamente as datas e os conteúdos a ministrar, sejam eles teóricos ou práticos, relacionados com a área operacional ou administrativa ou, ainda, próprios da condição de policial militar. (PMDF, 2019, p.11).

Portanto, é cabível a elaboração de uma instrução policial militar cujo objetivo seja dar conhecimentos sobre a memória, seu funcionamento, seus tipos, além de ensinar algumas formas de exercitar essa capacidade tão importante para a execução do serviço policial militar. As instruções policiais militares possuem algumas características próprias descritas na Portaria PMDF 1109:

Art. 62. Toda InPM deverá ter um oficial designado como responsável, devendo a instrução ser conduzida por policial militar que possua as habilitações ou as competências necessárias.

§ 1º Em caráter excepcional e devidamente autorizado por órgão do DEC, poderá ser convidado civil ou servidor público de outro órgão com notório saber na área ou técnica para ministrar palestra ou instrução.

§ 2º As InPM devem possuir carga horária máxima de trinta horas-aulas e, preferencialmente, devem se circunscrever ao ano acadêmico a que se refere o art. 183 desta portaria.

§ 3º Nas InPM, pode ser dispensada a aplicação de avaliações para medição da aprendizagem ou menções, sendo permitida a emissão de certificado, quando for o caso. (PMDF, 2019, p.11)

Para o planejamento das InPM, o RGE exige dois documentos básicos: nota de instrução de caráter específico e o relatório, conforme artigo 75, *in verbis*:

Art. 75. O planejamento das atividades educacionais no âmbito da Corporação é efetivado através dos seguintes documentos básicos:

II - quanto às InPM:

- a) Nota de InPM, de caráter específico, na forma do Anexo IX; e
- b) Relatório de InPM (RInPM). (PMDF, 2019, p.13).

A proposta de Nota de Instrução Policial Militar, de caráter específico, conforme modelo preconizado pelo Regulamento Geral de Educação da PMDF, consta no apêndice B.

A principal bibliografia de referência é um livro de Ivan Izquierdo. Ele é professor titular de Neurologia e um dos maiores pesquisadores na área de fisiologia da memória, com vários artigos e livros publicados. Segue abaixo maiores informações sobre o currículo do eminente pesquisador:

Médico (1961) e Doutor em Medicina (1962) pela Universidade de Buenos Aires. Professor Titular de Medicina, coordenador do Centro de Memória da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, e coordenador científico de seu Instituto do Cérebro. Membro de 21 sociedades científicas do país e do exterior. Mais de 60 prêmios e distinções nacionais e internacionais. Membro do comitê editorial de 28 revistas científicas; assessor de 20 agências de fomento do país e do exterior. Formou até hoje 103 Mestres e Doutores, hoje professores em 19 universidades ou centros de pesquisa do Brasil e 8 do exterior. Demonstrou "in vivo" os principais mecanismos moleculares da formação, evocação, manutenção e extinção das memórias, sua interação por "tagging" hipocampal, a dependência de estado endógena, e a separação funcional entre as memórias de curta duração e longa duração. Grã-Cruz da Ordem do Mérito Científico (1996), Prêmio Conrado Wessel (2007), Prêmio Almirante Alvaro Alberto (2010), Membro da ABC, National Academy of Sciences, TWAS e de outras academias. Doutor Honoris Causa das Universidades de Paraná e Córdoba e Professor Honorário das de Buenos Aires e Córdoba. Professor Emérito da UFRGS (2014). (GIFALLI, 2021).

As demais obras referenciadas são apenas complementares para aqueles que desejarem ter acesso a outros autores e outras abordagens.

Este pesquisador entende que cada um dos conceitos presentes na finalidade da instrução militar é importante para que o instruendo se familiarize com o assunto. Entender como as memórias são formadas e seus mecanismos é fundamental para que se tente manejá-la. Deve-se explicar a influência do nível de alerta, do nível de ansiedade e do estado de ânimo na modulação das memórias e relacionar ao ambiente de trabalho e ao ambiente encontrado nas ocorrências.

Todo esse arcabouço teórico é necessário para o segundo passo que é a prática de técnicas e exercícios de memorização. Uma técnica que pode ser muito útil ao serviço policial militar é a associação. Consiste em associar a informação que se deseja memorizar a alguma outra informação que já se possui memorizada e da qual é possível lembrar-se facilmente. Sendo assim, esta última funciona como gatilho para se recordar da informação inicial.

A instrução tem como destinatário todo o efetivo de oficiais e praças da Organização Policial Militar (OPM). A habilidade de memorização, como demonstrado anteriormente, é necessária tanto para policiais do serviço operacional como administrativo, sejam eles experientes ou não, homens ou mulheres. Tampouco se faz distinção por postos e graduações. Dentro de cada esfera de responsabilidade, todos se tornam mais eficientes quando possuem uma boa capacidade de memorização de dados.

Avaliando o quantitativo de conteúdo a ser ministrado, este pesquisador propõe uma instrução de seis horas aulas, preferencialmente dividida em dois dias. Isso permitirá que os assuntos sejam trabalhados de forma tranquila, finalizando com a prática das técnicas repassadas. Também entende que dois dias não oneram demasiadamente o efetivo policial em seu horário de folga ou reduz o efetivo disponível para o serviço por muitos dias.

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Analisando os resultados encontrados nesta pesquisa, ficou constatado que os policiais militares do Distrito Federal reconhecem que o serviço policial exige a utilização da memória em diversos momentos, principalmente durante o atendimento de ocorrências. Por outro lado, ficou evidenciado a falta de conhecimento técnico, por parte dos policiais, sobre o assunto e da importância de exercitar essa habilidade constantemente.

A profissão policial militar traz consigo riscos inerentes, sendo que na maior parte do tempo os policiais estão gerenciando conflitos e crises interpessoais. A inteligência emocional é uma das ferramentas mais necessárias ao policial da atualidade. É impossível não passar por situações de estresse elevado, onde a capacidade de atenção dividida e de memorização são drasticamente reduzidas.

Nada é falado sobre o tema desta pesquisa nos cursos de formação ou aperfeiçoamento da Polícia Militar do Distrito Federal, o que torna o assunto completamente desconhecido por vários policiais, bem como de sua forte ligação com a saúde mental e com uma prestação de serviço mais eficiente. Assim, fica demonstrada a premente necessidade da PMDF intervir no problema. Dentre outras soluções possíveis, a aplicação de uma instrução policial militar foi escolhida por sua viabilidade técnica e financeira, o que facilitará sua aplicação na prática. Ela não exige a aquisição de nenhum material específico ou contratação de serviços especiais.

Este estudo apresentou algumas limitações, como a não aplicação da instrução policial militar em um grupo de controle a fim de verificar sua viabilidade prática e sua eficácia. A capacidade de memorização da amostra foi constatada por autoavaliação, o que pode distorcer os dados reais. O ideal seria aplicação de testes para medir essa capacidade, o que não foi logisticamente possível.

Pesquisas futuras podem dedicar-se ao estudo da inserção de um módulo dedicado ao assunto na disciplina de Abordagem Policial dos cursos iniciais de carreira ou até mesmo sobre o desenvolvimento de um aplicativo que permita ao policial exercitar a capacidade de memorização em um contexto de ocorrência policial.

Por fim, é preciso dotar os policiais de conhecimentos mínimos sobre o funcionamento da memória e de como treiná-la. Obviamente uma carga horária de seis horas aulas não é o bastante para melhorar a capacidade de memorização de um indivíduo, mas o primordial é convencê-lo da importância de exercitar o cérebro e apresentar algumas formas de fazê-lo. Com isso, o policial militar será beneficiado por viver com uma melhor qualidade de vida, a Corporação ganha indivíduos hígidos, com menos propensão a problemas de saúde mental e, por fim, toda a sociedade que, ao acionar a PMDF, receberá um serviço de melhor qualidade.

THE CAPACITY OF DATA MEMORIZATION IN THE CONTEXT OF MILITARY POLICE SERVICE

SIMEÃO FERNANDES DE SOUZA NETO

ABSTRACT

This article addresses the difficulty encountered by the military police in the Federal District in dealing with the memorization of important data for the proper execution of the operational and administrative military police service. It describes the types of memory and their relationship to attention and learning. It addresses the relationship between stress and reduced memory capacity, especially in situations of risk and high tension to which police officers are frequently subjected. The study is relevant because the training of cognitive capacity, with exercises that stimulate different areas of the brain, is a contributing factor for a better quality of life and for the delay of degenerative neurological diseases, such as dementia and Alzheimer's. In this way, the Corporation gains healthy police officers and society receives better service. Finally, the study proposes as an alternative to the problem raised, among other possible ones, the elaboration of a course on memorization techniques applied to the military police service, whose main objective is to provide the trainees with tools useful to their attributions and that they understand the importance of maintaining this capacity in constant training.

Keywords: Memory. Military Police Service. Memorization Exercises. Military Police Instruction.

REFERÊNCIAS

- ARAÚJO, Elaine Sampaio; MOURA, Manoel Oriosvaldo de. **Da formação e do formar-se: a atividade de aprendizagem docente em uma escola pública.** 2003.
- BERGAMASCHI, Maria Aparecida. Memória: entre o oral e o escrito. **História da Educação**, v. 6, n. 11, p. 131-146, 2002.
- COSTA, M.; JÚNIOR, H. A.; OLIVEIRA, J.; EULÁLIA, M. Estresse: diagnóstico dos policiais militares em uma cidade brasileira. **Rev Panam Salud Publica.** 2007;21(4):217-22.
- DE SOUSA, Ivone Félix et al. Estresse ocupacional, coping e burnout. **Revista EVS-Revista de Ciências Ambientais e Saúde**, v. 36, n. 1, p. 57-74, 2009.
- GIFALLI, Marilda. Ivan Antonio Izquierdo. **Instituto de Estudos Avançados da Universidade de São Paulo.** Disponível em: <http://www.iea.usp.br/pessoas/pasta-pessoai/ivan-antonio-izquierdo>. Acesso em: 04 fev. 2021.
- GIL, A. C. **Como elaborar projeto de pesquisa.** 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002.
- IZQUIERDO, Ivan. **Memória.** 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2018.
- MEDEIROS, Mário; BEZERRA, Edileuza de Lima. Contribuições das Neurociências à Compreensão da Aprendizagem Significativa. **Artigo da Revista Diálogos**, n. 10, p. 180-197, 2013.
- MORAES, A. **O livro do cérebro 2: sentidos e emoções.** São Paulo: Duetto, 2009.
- MOREIRA, Iuster Tiago; SOUZA, Hidecazio De Oliveira; COSTA, Webse Da Mota. **Como o estresse ocupacional pode afetar a atividade dos policiais militares.** 2019.
- OLIVEIRA, A. Uma breve história da pesquisa da memória. In: OLIVEIRA, A. (Org). **Memória: cognição e comportamento.** São Paulo: Casa do Psicólogo, 2007. P. 17-36.
- PARRACHO, Vasco. **Metodologia de memorização através de propostas gráficas.** 2011. Tese de Doutorado.
- POLÍCIA MILITAR DO DISTRITO FEDERAL. **Regulamento Geral de Educação.** Brasília: PMDF, 2019.
- PORTEL A, A.; BUGHAY FILHO, A. **Nível de estresse de policiais militares: comparativo entre sedentários e praticantes de atividade física.** Revista Digital, Buenos Aires, ano 11, n. 106, 2007.
- RABELO, Ivan SantAna; DA SILVA MAZARIOLLI, Andrea. **Avaliação Cognitiva de Policiais Militares e Universitários em Medidas Padronizadas de Memória,**

Atenção e Inteligência. 2019.

REZENDE, Luciene Luiza. **Teste de memória de relatos:** elaboração de um instrumento para seleção de policiais. 2006.

SANTANA, Sérgio Lopes; SABINO, Alini Daniéli Viana. Estresse policial militar: efeitos psicossociais. **Rev. Conexão**, v. 9, 2012.

SILVA, E. L. da. MENEZES, E. M. **Metodologia da pesquisa e elaboração de dissertação.** 4. ed. rev. atual. Florianópolis: UFSC, 2005.

SPRENGER, M. **Memória:** como ensinar para o aluno lembrar. Porto Alegre: Artmed, 2008.

SQUIRE, L. R & KANDEL, E. R. **Memória:** da mente às moléculas. Porto Alegre: Artmed, 2003.

TIEPPO, Carla. **Uma viagem pelo cérebro:** a via rápida para entender a neurociência. São Paulo: Conectomus, 2019.

**APÊNDICE A – Questionário sobre a relação entre o uso da memória e o
serviço policial militar**

- 1) Durante o serviço operacional, com que frequência foi necessário que você memorizasse algum dado relacionado à ocorrência (ex. placa, marca ou modelo de veículo; endereços; características de suspeitos etc.)?
- () Muito frequente.
 - () Frequente.
 - () Ocasionalmente.
 - () Raramente.
 - () Nunca.
- 2) Você conhece alguma técnica de memorização?
- () Sim, uma.
 - () Sim, duas.
 - () Sim, três ou mais.
 - () Nenhuma.
- 3) Com que frequência você realiza exercícios para melhorar sua capacidade de memorização?
- () Muito frequente.
 - () Frequente.
 - () Ocasionalmente.
 - () Raramente.
 - () Nunca.
- 4) Durante o seu curso inicial ou sequencial de carreira foram ensinadas técnicas de memorização de dados?
- () Sim, de forma satisfatória.
 - () Sim, de forma insatisfatória.
 - () Não tive curso de técnicas de memorização.

5) Como você avalia sua atual capacidade de memorização de dados?

() Excelente.

() Muito boa.

() Boa.

() Razoável.

() Ruim.

6) Sexo:

() Feminino.

() Masculino.

7) Idade:

8) Tempo de serviço (em anos):

9) Você passou a maior parte do seu tempo em:

() Serviço Administrativo.

() Serviço Operacional.

APÊNDICE B – Proposta de Nota de Instrução Policial Militar (InPM)

NOTA DE InPM
<p>Referências</p> <ul style="list-style-type: none"> - Regulamento Geral de Educação da PMDF; - IZQUIERDO, Ivan. Memória. 3. ed. Porta Alegre: Artmed, 2018. - LOPES, Jaqueline. Alzheimer: exercícios para estimular o cérebro. Bauru: Astral Cultural, 2020. - PALOMO, Mónica. Exercícios práticos para estimular a memória. 2. ed. Vozes, 2018. - TIEPPO, Carla. Uma viagem pelo cérebro: a via rápida para entender a neurociência. São Paulo: Conectomus, 2019.
<p>I. Finalidade da InPM:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Definir o conceito de memória; - Classificar os tipos de memória de acordo com diferentes critérios; - Descrever os mecanismos de formação da memória de trabalho, da memória de curta duração e da memória de longa duração; - Listar os componentes do sistema nervoso diretamente envolvidos no processo de memorização; - Demonstrar a importância da memória de trabalho para o serviço policial militar; - Explicar a influência do nível de alerta, do nível de ansiedade e do estado de ânimo na modulação das memórias; - Listar as demências que afetam a função neuronal da memória; - Reconhecer que a memória é uma habilidade que pode ser melhorada; - Praticar exercícios que estimulam o cérebro e a capacidade de memorização; - Praticar exercícios de memorização contextualizados ao serviço policial militar; - Compreender a importância de manter o cérebro em constante estímulo a fim de garantir um serviço mais eficiente e como forma de manutenção da saúde mental prolongada.
<p>II. Oficial Responsável: 1º Ten QOPM...</p>
<p>III. Destinatários: Efetivo de oficiais e praças da unidade.</p>

IV. Desenvolvimento:

a) Condições de Execução:

- 1) Período de realização da InPM: a instrução deve ser realizada preferencialmente em dois dias, com carga horária de 3 h/a por dia, totalizando um total de 6 h/a.
- 2) Local da InPM: Auditório da OPM.
- 3) Uniforme: a critério do Cmt da OPM.
- 4) Equipamento / Armamento exigível: os instruídos devem portar prancheta e material de anotação.
- 5) Medidas de segurança na instrução: não há medidas específicas de segurança.

b) Conteúdo a ser transmitido:

Unidade I – Memória

- 1.1 – Conceito de memória.
- 1.2 – Tipos de memória segundo sua função: memória de trabalho.
- 1.3 - Tipos de memória de acordo com seu conteúdo: memória declarativas e procedurais.
- 1.4 – Priming.
- 1.5 – Memória de curta duração e memória de longa duração.

Unidade II – Formação das memórias

- 2.1 – Localização das memórias e função cerebral.
- 2.2 – Base biológica da formação das memórias.

Unidade III – Modulação das memórias

- 3.1 – Influência do nível de alerta, do nível de ansiedade e do estado de ânimo.
- 3.2 – Modulação da memória de trabalho.
- 3.3 – Modulação da memória de curta duração.
- 3.4 – Dependência de estado endógena.

Unidade IV – Treinamento da capacidade de memorização

- 4.1 – Amnésia e demências.
- 4.2 – Exercícios que estimulam o cérebro e a memória.
- 4.3 – Exercícios contextualizados ao serviço policial militar.

c) Regime de execução:

No primeiro dia serão ministradas 3 palestras teóricas de 50 minutos com intervalos de 15 minutos entre elas. Serão abordadas as Unidades I, II e III.

O segundo dia ficará exclusivo para a Unidade IV, que possui um conteúdo majoritariamente prático. Nesse dia serão apresentados alguns exercícios de caráter geral e depois serão realizados alguns exercícios mais contextualizados ao serviço policial militar. Alterações poderão ser realizadas a bem da Administração.

Não há previsão de certificação.

V. Atribuição aos elementos subordinados:

- **À seção administrativa:** para escalar todo o efetivo envolvido na Instrução; fiscalizar e controlar o efetivo no dia.
- **À seção de operações:** para providenciar relatório da instrução.
- **À seção de logística:** para providenciar computador, projetor, caixa de som, microfone, apresentador de slides e outros equipamentos solicitados pelo instrutor; verificar a disponibilidade de local para a instrução, bem como sua higienização antes e após o uso.
- **À seção de comunicação social:** para providenciar imagens e/ou vídeos e a elaboração de texto informativo sobre a instrução.

VI. Prescrições diversas: Não há.

Brasília - DF, ____ de _____ de _____

Chefe, Diretor ou Comandante da OPM